

健康中国背景下中职学校体育文化发展研究

李海龙

新疆生产建设兵团第十师北屯职业技术学校

摘要:职业学校体育文化是现代教育建设的重要组成部分,其目标是提高学生的身体素质和核心体育素养。在中国,它已经成为一个僵化的标准。然而,就目前的情况来看,职业学校体育文化建设在实践中缺乏文化内涵和明确的目标,体育活动的组织和渠道也相对单一和缺乏。在健康中国的背景下,要求职业学校加强体育文化的渗透,培养学生在精神、意识和习惯方面对体育锻炼的认识和理解。因此,只有充分明确体育文化建设的未来发展方向,才能构建有效的体育文化建设路径。

关键词:健康中国;中职学校;体育文化;发展

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2022.11.007

引言

健康中国,这一国家战略的提出,不仅强调了全民健康的重要性,也为中职学校的体育文化发展提供了新的契机。中职学校作为培养专业技能人才的重要基地,其体育文化的发展不仅关系到学生的身心健康,更是影响他们综合素质和未来发展的关键因素。现阶段中职学校体育教学工作仍然存在一些问题,由于教师教学能力与素养有待提升,体育教学活动组织方式缺乏创新,对体育教学内容的整合开发不够全面,没有真正做好体育教育所需的基础设施建设,这些因素极大地限制了中职学校体育教学活动的全面开展,对学生身心健康成长产生了一定影响。面对这样的情况,教师必须创新教育思路,关注中职学生身心发展特点,在有效围绕体育教学核心要求对学生进行教育和指导的同时,真正推动体育教学方法的创新优化,做好对学生体育学习行为的管理,在帮助学生树立终身体育理念的同时,实现学生综合竞争力的全面培育。^[1]

一、健康中国战略的提出与内涵

健康中国战略是国家发展的重要战略目标,体育作为健康生活方式的重要组成部分,在健康中国建设中发挥着重要作用。在健康中国战略中,体育被视为促进健康生活方式的重要组成部分。体育运动不仅可以提高人们的体质和身体素质,还可以培养人们的团队合作精神、坚持不懈的意志品质,对塑造健康的身心素质起着积极的推动作用。通过体育赛事的举办和参与,人们可以积极参与运动,锻炼身体,提高身体素质。此外,体育赛事还可以成为传播健康理念、宣传健康生活方式的重要平台,激发公众对体育运动的兴趣和参与,推动广大群众积极参与体育活动,形成良好的健康生活风尚,体育赛事在健康中国建设中发挥着重要的作用,与健康中国战略密切相关,并共同推动着国家健康事业的发展。^[2]

二、体育文化价值在中职体育文化建设中的体现研究

“价值”属于哲学范畴,其内涵是客体与主体之间的关系是否具有积极意义。职业学校体育的价值主要在于是否满足学生反映的需求。学校体育是教育的重要组成部分,在职业教育中需要高度重视体育的价值。体育在职业学校体育文化建设中的实际价值主要体现在:①辐射性和内在价值;②人文科学价值观;③工具和内在价值。体育在职业文化建设中的价值是多元的,因此它所呈现的形式也必须是多元的、目标明确的,能够为实践体育文化建设提供良好的价值取向,发挥真正的体育价值。学校体育以学生为中心,通过参与实践活动来体现其价值,使其成为教育的重要组成部分。“育人”在校园文化建设中的意义是价值的真实体现。无论是校园体育锻炼的特点还是文化内涵,都是促进学生发展的重要因素。学校应将体育锻炼融入日常生活,灌输“健康中国”的指导思想,全面改善体育锻炼习惯,实现全体员工的健康发展。^[3]

三、中职学校体育问题

(一) 学生欠缺对团队合作的正确认知

在中职体育教学中,尽管团队合作的重要性得到了广泛的认可,但仍存在一些不足,其中之一是学生缺乏对团队合作的正确理解。体育教育往往更多地关注技能和实践训练,而忽视了对团队合作的认知教育。学生需要了解团队合作的定义、重要性和原则,以及如何将其应用于实现个人和团队目标。在体育领域,竞争是非常重要的。然而,竞争文化有时会削弱对团队合作的重视。学生可能过于关注个人表现和功利主义,而忽视了团队合作的价值。一些学生在进入职业学院之前可能没有充分参与团队协作活动,缺乏通过实践经验了解团队协作的机会。这可能导致对团队协作的理解和能力发展相对较低。教学方法和评价方法对培养学生的团队合作能力至关重要。如果教师过于强调个人技能和表现,而忽视了对团队合作的评估,学生可能缺乏积极的参与和

团队合作意识。^[4]

（二）体育教学方法创新性不足

教学方法是指教师对体育运动技巧的传授方法。在中职学校体育教学中，许多教师以传统的教学思路开展体育活动，希望通过语言引导和动作示范，帮助学生掌握体育运动的技巧和方法，却忽略了学生的学习表现以及学习态度，过分关注教师对学生的要求，而忽略了学生的自我发展，这就导致学生体育学习积极性受到一定影响。在教学方法的设计建构方面，教师大多强调自身对学生的基本要求，在课堂上忽略了互动交流的重要性，没有为学生创造主动表达的空间，学生大多只是被动听从教师的安排，而无法发挥自身的作用，在看待问题时学生的思想观念难以得到及时转变，他们很难基于体育活动的深入思考，真正强化对体育运动的理解与认知。^[5]

（三）体育文化教育理念的缺乏

在当前我国职业学校校园文化建设中，体育教育观念缺乏。文化建设和体育活动主要基于教师的经验和校园的目标，体育文化建设活动结合体育课程大纲等内容进行。受传统校园文化建设的影 响，教师普遍更重视德育、智育、美育等，但缺乏体育文化建设的理念。他们片面地教授学生体育技能和活动，学生无法理解体育锻炼的核心价值。同时，教师在体育活动中也起着主导作用，限制了学生进行独立互动，导致学生体质水平下降，不利于实践体育文化建设。总体来讲，体育文化建设缺乏教育理念，导致对校园文化建设的局限性较强。^[6]

四、健康中国背景下中职学校体育文化策略与展望

（一）提高对集体培养的重视，实现对团队效益的最大限度创造

在中职体育教学中，培养学生的团队合作能力，应重视集体培养，最大限度地创造团队效益。教师应将团队置于教学的核心，并为学生提供机会，让他们作为一个集体参与体育活动、讨论、规划和决策，以实现团队的整体成长。教师应营造一种课堂氛围，鼓励学生相互合作，分享知识和经验。同时，为学生提供适当的团队协作任务和项目，以便他们在实践中培养协作能力。教师可以设计项目或任务，鼓励学生在团队中分工协作，从中学习如何合理分配任务、互相支持和协调合作，以实现团队的目标。教师应向学生提供具体的反馈，包括团队合作的强项和改进之处，以促使学生了解团队合作的效果，帮助他们不断改进和提升团队合作能力。教师应激发学生的领导潜力，为他们提供领导团队的机会，并引导学生了解什么时候应该发挥领导作用，什么时候应该扮演跟随者的角色。教师应鼓励学生主动探索

和学习团队合作的理论和实践，培养他们的自我管理能力，如解决问题、决策和自我反思。教师可以通过案例分析、团队活动等方式，引导学生理解合作的好处，如互相支持、凝聚力强、创造力增强等，以激发学生的团队合作意识。^[7]

（二）创新教学方法，激发学生体育学习兴趣

翻转课堂模式强调课堂内外的深度融合，在网络信息化时代背景下，教师在体育教学创新方面应当重视翻转课堂的建构，一方面强调学生基于线上的独立思考和自主学习，另一方面也要关注教师在课堂活动中的流程设计和优化，在提高教学效率的同时凸显学生自主学习的价值，为有效提高体育教学整体质量奠定基础。全面优化体育教学实施方法，意味着教师需要尊重学生的体育学习兴趣，将学生作为体育课程的主体，比如在翻转课堂建构中已明确清晰的学习任务，对学生提出自主学习的要求，为学生推荐适当的微课素材资源，以此为基础引发学生的自主思考，在帮助学生独立探索体育运动技巧，强化学生体育学习体验的同时，保障学生学习状态的进一步调整，学生才能够基于自主学习真正提高体能素养，在翻转课堂模式下发挥自身的主观能动性。此外教师还应考虑到学生基于线上独立思考取得的成果，在开展后续各项活动时能够将学生的学习表现作为自主学习的重要依据，学生对体育活动的认知更加全面，他们能够真正做到主动积极解决问题，不断提高综合素质。^[8]

（三）推行因材施教

为了提高中职学生的生理心理素质和思想道德修养，教师应当以教材为依准，以新课标为指导思想，在课堂上开展生动多样的教学活动，以不同的方法，不同的途径开展师生游戏教学从而提高学生的学习体验，丰富学生的学习兴趣，帮助学生在 学习时主动学习，发现问题解决问题。中职体育的教材是全国统一编制的，针对的是大部分学生，但是没有考虑到中职学生身体素质的差别，不同的学生所需要进行教学内容是不同的，教师在 教学时应当充分考虑这一点。例如，在进行“篮球”教学时，在课堂开始之前，针对学生的身体素质进行了调查分析，课堂内容的倾向应当兼顾专业内学生的身体素质和运动需求，例如男生较多的专业，可以进行运动量较大的教学，例如在篮球教学时，可以多进行对抗训练，提高运动强度，不仅可以提高学生的身体素质，也可以锻炼学生的集体观念意识。如女生较多的专业，可以适当的减弱运动强度，减少对抗性，一方面可以保证学生的安全，另一方面又可以锻炼身体。因此在进行篮球教学时，对男生进行篮球对抗比赛，对女生进行拍球运球训练。^[9]

（四）融合课内外活动并组建俱乐部

中职学生的身体素质是他们未来职业发展和生活质量的重要保障，因此加强中职体育课程的教学、提高学生的身体素质和运动能力显得尤为重要。为此，可以采取一系列实践措施来增强学生的体能，包括以下三个方面。首先，要把课外体育活动纳入体育教学，实现课内课外活动的有机结合。通过这种方式，学生可以在课堂上学习基本的体育知识和技能，并将所学知识应用到课外活动中，以提高他们的身体素质和锻炼能力。这种有机结合的教学模式可以增强学生的兴趣和参与度，激发他们对体育运动的热情和动力。^[10]其次，应建立体育锻炼俱乐部，将体育教师的教育功能延伸到课堂之外，并努力培养学生的锻炼习惯和力量。体育锻炼俱乐部可以成为学生在业余时间锻炼的场所，让他们在体育老师的指导下进行有计划、有目的的体育锻炼。同时，通过俱乐部活动，学生可以发现和培养自己的体育天赋和兴趣，为未来的职业发展和生活奠定坚实的基础。最后，应健全选项教学模式，配备足够的师资力量和教学场地，给学生选择的自由。不同学生在体育运动方面的兴趣和特长不同，可以采用选项教学模式，让学生自由选择自己感兴趣的体育项目进行学习和锻炼。同时，要为学生提供充足的师资力量和教学场地，让他们能够得到良好的指导和实践环境。^[11]

（五）设计个性化体育活动

为了提高学生的体质，可以采取一系列切实可行的措施，其中之一就是为学生开展个性化的体育活动。个性化是指根据学生的不同兴趣和特长设计不同的体育项目，让他们根据自己的喜好和能力选择参加。通过这种方式，学生可以积极参与体育锻炼，从而提高他们的身体和运动能力。^[12]同时，这种个性化的体育活动还能够有效地开发学生的运动潜能和兴趣。在实践中，可以通过让学生参加不同的体育项目，发现他们的潜在优势，并引导他们在这些方面进一步深入发展。例如，对于有一定篮球天赋的学生，可以为他们提供更多的篮球训练和比赛机会，帮助他们更好地发掘自己的潜力和兴趣。总之，个性化的体育活动是一种非常有效的增强学生体能的实践措施。通过这种方式，可以更好地发掘学生的潜力和兴趣，让他们更加热爱体育运动，同时也提高了他们的身体素质和健康水平。因此，在中职体育课程中，应该注重学生个性化的体育锻炼，让每个学生都能够在体育运动中找到自己的兴趣和特长，从而取得更好的学习效果。^[13]

结束语

健康中国背景下，中职学校体育文化的发展对于提

高学生的身心健康和综合素质具有重要意义。通过加强师资队伍建设、完善场地设施建设、推广多样化的体育活动、强化健康理念的普及以及注重全体学生的参与等策略，可以有效推动中职学校体育文化的发展。展望未来，随着健康中国战略的深入推进和中职教育的不断发展，中职学校体育文化将迎来更加广阔的发展空间和机遇。我们期待看到更多具有创新性和实效性的体育文化成果在中职学校中涌现，为学生的全面发展和健康中国目标的实现作出更大的贡献。^[14]

参考文献

- [1] 孝君郭. 健康中国背景下高校工会开展体育活动的路径研究[J]. 体育文化建设方法创新与实践, 2021, 3(9).
- [2] 李金金. 中职学校校园体育文化建设途径探索[J]. 当代体育科技, 2021(23).
- [3] 王建伟. 健康中国背景下我国学校体育发展的困境与出路[J]. 广州体育学院学报, 2021, 39(04): 14.
- [4] 李曙刚, 陈庆合, 赵华恩, 许朋展. “健康中国”战略背景下新型体育教师的培养[J]. 体育学刊, 2021, 26(03): 96100.
- [5] 马得平. 健康中国战略背景下我国学校体育发展困境窥探[J]. 体育师友, 2021, 42(01): 3940.
- [6] 刘海燕. 中职学校体育与健康教学初探[J]. 考试周刊, 2021(45): 146.
- [7] 王国强. 新时期提升中职学生体质健康水平的策略分析[J]. 灌篮, 2021(10): 48-49.
- [8] 张芮芳. 中职体育与健康教学有效性策略的研究[J]. 内蒙古教育, 2021(24): 97-98.
- [9] 姚磊, 田雨普. 新农村建设进程中农村体育文化服务体系研究[J]. 体育科技, 2021, 50.
- [10] 程亚飞. 新时代乡村振兴战略背景下我国农村体育发展研究[J]. 体育科学, 2021, 37.
- [11] 姜国乐. 健康中国建设背景下学校体育改革的必要性与实施策略[J]. 学校体育(高等教育), 2021, 4.
- [12] 董建明. 中职体育教学中开展健康教育的意义及方法[J]. 甘肃教育, 2021(23): 71.
- [13] 卢红梅. 中职学校体育与健康新课程实施中存在的问题及对策[J]. 现代农村科技, 2021(19): 52-53.
- [14] 王鹏威. “健康中国”战略背景下高校体育社团发展路径研究[J]. 福建体育科技, 2021, 37(03): 4750.